

Onbeperkt meedoen! 2016

Welzijnsorganisatie 'van Houten&co' is er voor alle inwoners van Houten, dus ook voor mensen met een (licht) verstandelijke beperking en psychische kwetsbaarheid. Met inzet van enthousiaste vrijwilligers worden gezellige, leerzame en leuke activiteiten georganiseerd. De bedoeling is dat je contact hebt, je welkom voelt, ondersteuning krijgt waar dat nodig is en vertrouwen hebt in wat je zelf kunt doen. Het is daarom ook mogelijk om zelf activiteiten te organiseren. Heb je zelf een plan voor een activiteit? Maak een afspraak en kom er over praten.



Uitstapgroepen



Elke maand een activiteit of uitje samen met een vaste groep en begeleiders.

Voor wie: Iedereen met een (licht) verstandelijke beperking en lid is van een van de uitstapgroepen.

Waar: We verzamelen telkens bij Het Haltna Huis aan Het Kant met de vaste begeleiders om 13.00 uur. Het programma staat in een nieuwsbrief. Voor elk uitje moet je je een week van te voren aanmelden! Dit kan per e-mail bij c.bransen@vanhoutenenco.nl of via (030) 7001500.

Wanneer: 1x per maand onder vaste begeleiding.

Kosten: € 15,- inschrijfgeld per jaar, daarnaast betaal je per uitstapje € 10,- (voor reiskosten, entree en consumpties).

Informatie: Wil je lid worden van een van de Uitstapgroepen, dan kun je aanmelden bij Corrie Bransen voor een kennismakings-gesprek. Zij is bereikbaar per e-mail, c.bransen@vanhoutenenco.nl, of via tel.: (030) 7001500.

Vriendenkring



Vind je het leuk om met een groep mensen leuke dingen te doen en op die manier mensen te leren kennen? Word dan lid van de vriendenkringen.

Voor wie: Voor mensen met een beperking voor wie vrienden maken en vriendschappen onderhouden niet altijd gemakkelijk is. Leeftijd ongeveer tussen de 20 en 30 jaar.

Waar: De deelnemers bepalen zelf hoe vaak ze met elkaar afspreken en wat ze gaan

doen. Samen winkelen, een spelletje spelen, vissen, wandelen, naar de film.

Kosten: Je betaalt voor de kosten voor de activiteiten die jullie samen bedenken.

Informatie: Interesse? Neem dan contact op met 'van Houten&co', e-mail: c.bransen@vanhoutenenco.nl of tel.: (030) 7001500.



Eetcafé

Uit eten met gezellige mensen die ook van lekker eten en een praatje houden. Onder begeleiding van 2 vaste begeleiders uit eten in Het Eetatelier op Het Rond.

Voor wie: Iedereen die graag uit eten gaat.

Waar: Eetatelier, Het Rond 86, 3995 DM Houten.

Wanneer: De eerste dinsdag van de maand. Je bent welkom vanaf 17.30 uur. We eten van 18.00 tot 19.30 uur.

Kosten: € 12,- voor een 2-gangenmenu, een drankje en koffie.

Informatie: Je dient je vooraf (uiterlijk de maandag ervoor) in te schrijven en te betalen. Dit kan bij 'van Houten&co', Onderdoor 160, 3995 DX Houten (ingang bibliotheek). De receptie bevindt zich op de 2e verdieping en is telefonisch bereikbaar op (030) 7001500.



Ontmoetingsgroep Autisme

Bij de Ontmoetingsgroep kan je op een ontspannen manier met elkaar kennis maken, een gezelschapsspel doen of iets creatiefs. Misschien ontmoet je wel iemand waar je een afspraak mee wilt (of kunt) maken om samen iets mee te ondernemen.

Voor wie: Voor mensen van ongeveer 25 tot 45 jaar met of zonder Autisme Spectrum Stoornissen.

Waar: 'van Houten&co', Onderdoor 160, 3995 DX Houten (ingang bibliotheek).

Wanneer: Derde vrijdag van de maand van 19.30 tot 21.30 uur.

Kosten: € 2,- entree. Reken ook op kosten voor koffie/thee en alcoholvrije consumpties.

Uit deze ontmoetingsgroep is een gespreks-groep voor mensen met autisme ontstaan die de 3e dinsdagavond van de maand bij elkaar komt.



Disco

Lekker dansen op vrolijke muziek en goede beats! De DJ draait de leukste muziek en je hoeft je niet van te voren op te geven dus kom gezellig en breng gerust je begeleiders mee!

Voor wie: Jongeren en volwassenen met of zonder beperking en/of psychische kwetsbaarheid.

Waar: Wijkcentrum/cultuurhuis Schoneveld, Zonnehout 36, 3991 MX Houten.

Wanneer: Vrijdag 8 januari, 15 april, 24 juni en 28 oktober van 19.00 tot 21.30 uur.

Kosten: € 3,- entree. Wij zorgen voor lekkere snacks, consumpties moet je zelf betalen.

Informatie: 'van Houten&co', Corrie Bransen, e-mail: c.bransen@vanhoutenenco.nl of tel.: (030) 7001500 of Stichting Saffier, tel.: (030) 3021100.



Bingo

Laat de ballen maar rollen. Zin om eens mee te doen? Wie weet win je een mooie prijs.

Voor wie: Jong en oud, met of zonder beperking.

Waar: 'van Houten&co', Onderdoor 160, 3995 DX Houten (ingang bibliotheek).

Wanneer: De laatste donderdag van de maand van 14.00 tot 16.00 uur.

Waar: Centrum Lorech, Hollandsspoor 37, 3994 VT Houten.

Wanneer: De 3e dinsdag van de maand van 14.00 tot 16.00 uur

Kosten: € 0,60 per bingoplankje, er worden 5 ronden gespeeld, dus € 3,- als je met alle ronden meespeelt.

Informatie: 'van Houten&co', Onderdoor 160, 3995 DX Houten, tel.: (030) 7001500.

Stuifes Inn

Zondagmiddag hoeft niet saai te zijn. Kom naar de Stuifes Inn. Je hoeft je voor deze activiteit niet van te voren aan te melden. Je kan sjoelen of spelletjes doen.

Voor wie: Voor jong en oud, met of zonder beperking.

Waar: De Volle Bak, in het oude politiebureau, De Slinger 2, 3995 DE Houten.

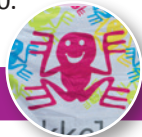
Wanneer: Elke derde zondag van de maand van 13.30 tot 16.00 uur.

Kosten: Gratis, alleen wanneer je mee wilt doen aan de sjoelcompetitie kost dit € 0,70.

De laatste zondag van de maand is er een lunch. De kosten hiervoor zijn € 3,-.

Zie voor menu: www.vanhoutenenco.nl of persberichten Houtens Nieuws en Trefpunt.

Informatie: Aanmelden voor de maaltijd kan tot de donderdagochtend ervoor bij 'van Houten&co', Onderdoor 160, 3995 DX Houten (ingang bibliotheek). De receptie bevindt zich op de 2e verdieping en is telefonisch bereikbaar op (030) 7001500.



Prokkel Houten

Een Prokkel is een prikkelende ontmoeting tussen mensen met én zonder beperking. Een prokkel draait om nieuwe ervaringen en ontmoetingen. De Prokkelwerkgroep van 'van Houten&co' organiseert de prokkelweek in Houten. Elke deelnemer kan aangeven in welk bedrijf/organisatie hij of zij graag een dagje stage wil lopen.

Voor wie: Mensen met een (licht) verstandelijke beperking.

Wanneer: De Nationale Prokkelweek vindt plaats in de eerste week van juni. De eerste informatieavond is op 9 maart van 19.00 tot 20.30 uur.

Waar: Prokkelstages worden zoveel mogelijk verzorgd binnen Houten,

Kosten: Er zijn geen kosten aan verbonden.

Informatie: Prokkel werkgroep Houten, prokkel@vanhoutenenco.nl, tel.: (030) 7001500.

Mannen in beweging

Voor mannen met of zonder beperking.

Wanneer: Elke maandag van 10.00 tot 11.00 uur.

Waar: 'van Houten&co', Onderdoor 160, 3995 DX Houten (ingang bibliotheek).

Kosten: € 3,00 (u-pas € 1,50) per les, betaling per kwartaal.

Aanmelden: 'Cursus&co'; www.cursusenco.nl of tel. (030) 7001525 (ma. t/m do. van 9.30 tot 12.00 uur, Onderdoor 160, 3995 DX Houten (ingang bibliotheek). Je kunt nog veel meer cursussen vinden bij 'Cursus&co' (030) 7001500.

Kookclub 'Samen koken en samen eten':

Wil je leren koken voor een groep en/of samen eten? Kom dan naar de kookclub in 'Het Oude station'.

Voor wie: Iedereen die wil leren koken voor een groep en/of van samen eten houdt.

Waar: Het Oude Station, Stationserf 97, 3991KX, Houten.

Wanneer: 'Samen koken' is eens in de veertien dagen (even weken) op woensdag om 16.30 uur. Samen eten van 18.00 tot 19.00 uur.

Kosten: € 7,50, kinderen € 3,50 voor een 2 gangen diner.

Aanmelden: 2 dagen van tevoren via email: info@oudestation.nl of tel.: (030) 6369516.

Informatie: Het menu vind je op de website www.hetoudestationhouten.nl.

Diverse andere organisaties bieden ook activiteiten aan:

Eetcafé Stichting Saffier Houten

Voor wie: Voor mensen met een psychische kwetsbaarheid, na kennismaking met de organisatie.

Waar: Eetatelier Het Rond, Het Rond 86, 3995 DM Houten.

Wanneer: Iedere maandag vanaf 16.00 uur (creatieve activiteit) en om 18.00 uur gaan we aan tafel.

Kosten: 3 gangen menu voor € 5,- (U-pas houder € 4,-) met gratis thee/koffie na afloop.

Groepsactiviteiten Stichting Saffier

Waar: Verzamelen op de parkeerplaats aan de Dijkhoeve.

Wanneer: vierde zondagmiddag van de maand, ook in de schoolvakanties.

Kosten: Indien van toepassing bijdrage vervoer € 3,50 (U-pas € 3,-), consumptie gratis.

informatie: Stichting Saffier, tel.: (030) 3021100 of e-mail: info@saffier-houten.nl.

Hobbyclub de Schakel

Voor wie: Voor mensen met een verstandelijke beperking tussen de 15 en 65 jaar.

Waar: Opstandingskerk Gemeente Houten.

Wanneer: Donderdagavond van 19.30 tot 21.00 uur.

Kosten: € 35,- per jaar.

Aanmelden: Anke Koopman, tel.: (030) 6374928 of Marian van der Kooij tel.: (030) 6351453.

Sport & Spel Inloop

Voor wie: Volwassenen met of zonder beperking.

Waar: Gymzaal in De Krachtfabriek, Putterhaag 2, 3993BG Houten.

Wanneer: Iedere vrijdag, van 10.00 tot 11.30 uur.

Aanmelden is niet nodig.

Kosten: Geen.

Extra info: www.facebook.com/SportenspelinloopHouten of www.sportpunthouten.nl.

Zwemmen

Voor wie: Iedereen met een verstandelijke beperking.

Waar: Zwembad de wetering in het verwarmde doelgroepenbad, Hefbrug 3, 3991 LB Houten.

Wanneer: Iedere zaterdagmorgen tussen 9.00 en 10.00 uur.

Informatie: HSVV Houten www.ssvhouten.nl

Zaalsport

Voor wie: Voor iedereen met een verstandelijke beperking.

Waar: Gymzaal basisschool Klavertje vier, Eggeveld 4-6, 3993 GE Houten.

Aanmelden: samenverderhouten@gmail.com.

Informatie: HSVV Houten www.ssvhouten.nl.

Sportpunt Houten

Bij Sportpunt Houten kun je alle informatie over sportverenigingen in Houten krijgen. Sportpunt Houten, Randhoeve 221, 3995 GA Houten, tel.: 06-10362696.

Vragen?

Heb je vragen op het gebied van wonen, zorg en welzijn, vrije tijd en sport in Houten? Neem dan contact op met: Sociaal Loket Houten, Het Kant 3, 3995 DZ Houten, tel.: (030) 6392611, e-mail: info@sociaalokethouten.nl. Inloopspreekuur: maandag tot en met vrijdag van 9.00 tot 12.00 uur. Telefonisch bereikbaar: maandag tot en met vrijdag van 9.00 tot 12.00 uur.



Onbeperkt actief, vrijwilligerswerk door mensen met een beperking

Lijkt het je leuk om aan een activiteit deel te nemen? Wil je graag andere mensen ontmoeten, zou vrijwilligerswerk iets voor jou zijn? Je kunt ook (met voldoende ondersteuning en hulp) samen met anderen een activiteit opzetten. Heb je graag wat hulp bij het vinden van de juiste activiteit of vrijwilligerswerkplek, dan helpen we je graag op weg.

Heb je vragen over de activiteiten die in deze folder staan? Heb je zelf een idee voor een activiteit? Wil je je aanmelden als deelnemer? **Neem dan contact op met: 'van Houten&co', Corrie Bransen, e-mail: c.bransen@vanhoutenenco.nl.** Corrie is op dinsdag en donderdag aanwezig op het Onderdoor 160, 3995 DX Houten, tel.: (030) 7001500.

Deze folder is mede mogelijk gemaakt door: Rabobank Kromme Rijnstreek, Studio Jeroen Baars (ontwerp), Brigitte Alberts en Hans Dirksen (fotografie)

